Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 37 (1947)
Heft: 3

Rubrik: Aus der Küche

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

zu Ohr, und bürstet jede Partie für sich. Also nicht von vorn nach hinten abteilen, sondern immer von hinten nach vorn. Haben Sie nur ja keine Angst um die Frisur, das Haar wird sich nachher viel leichter, gefälliger und aufgelockter in seine ursprüngliche Lage bringen lassen. Nun werden Sie sagen: Ja, aber das Fett und der Schweiss? Nur keine Angst: Auch hier gibt es Abhilfe! Holzmehl ist für wenig Geld überall erhältlich. Man braucht vor diesem Wort nicht zurückzuschrecken, denn dieses ist schon lange Zeit ein wichtiger Bestandteil zur Haarwäsche gewesen. Es besteht aus Zellulose und enthält neben andern Stoffen Gerbsäure, die dem Schweissausbruch entgegenarbeitet und saugt alle nicht erwünschten Stoffe auf. Aber es nimmt auch unangenehme Gerüche auf und beseitigt diese. Die Anwendung von Holzmehl ist ganz einfach: Man streut auf den längs gezogenen Scheitel das Holzmehl so auf, dass es die Kopfhaut trifft, massiert damit und bürstet und kämmt es anschliessend sorgfältig wieder heraus. Wenn Sie diese kleine Mühe einmal wöchentlich vornehmen, wird Ihnen Ihr Haar immer Freude machen.

Wenn Ihre Kopfhaut juckt und brennt, was machen Sie da? Dann machen wir einen Spaziergang durch die Wiesen, wo wir wichtige Kräuter in Menge finden. Wir finden dort: Schafgarbe, Kamille, Schachtelhalme, gegen starke Schweissbildung, Erdbeer-, Himbeer- und Brombeerblätter. Auch Brennesseln sind schon von alters her mit grossem Erfolg verwendet worden, um dem Haarausfall entgegenzuarbeiten, und die Kopfhaut auszuheilen.

Man kann die eben erwähnten Blätter und Kräuter sowohl frisch verwenden wie auch den restlichen Vorrat trocknen und dann in Büchsen aufbewahren. Genau wie den Tee kochen wir auch diese Extrakte und verwenden sie möglichst noch warm und frisch für die Kopfwäsche im Haus. Wir schütten die Sache durch ein Sieb in ein Schüsselchen, tränken ein Läppchen darin und reiben damit die Kopfhaut gut ab. Wir müssen nur aufpassen, dass wir immer wieder ein frisches Läppchen nehmen, wenn das andere beschmutzt ist.

Am besten ist es, nach dieser Wäsche, so oft wir es machen, das Haar in der Luft zu trocknen, da scharfe Hitze den Erfolg herabsetzt. Natürlich können wir nach der Haarwäsche dem Spülwasser Tee zusetzen, und dadurch vorbeugen, dass nicht in kurzer Zeit alles wieder im alten ist.

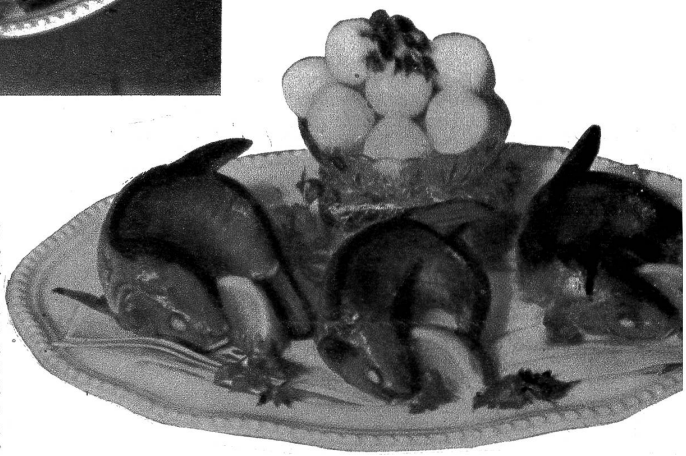
Aber unser Haar wird uns sicher wieder Freude bereiten und diese kleine Mühe macht sich immer bezahlt.

J. R.

ZUR ABWECHSLUNG EINMAL Fisch

Fischragout

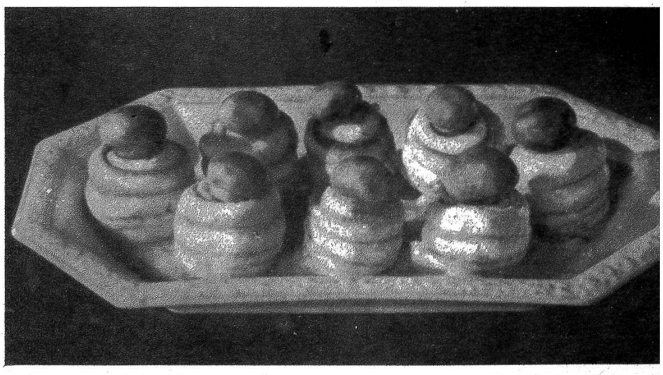
Fischragout. Gekochte Fischresten werden in kleine Stücke zerlegt und mit einer Buttersauce aus 2 Eigelb, 125 g frischer Butter, 1 Esslöffel Wasser und 1 Esslöffel Zitronensaft, die im Wasserbad zubereitet wird, vermischt und in einer Schüssel mit Zitronenscheiben und gerösteten, weissen Brotscheiben angerichtet.



Forellen blau

Fisch mit Pilzen. Zutaten: Etwa 1 kg Kabeljeau, 250 g Stein- oder andere Pilze, etwa 50—60 g Butter, 3—4 Löffel geriebener Käse, 1 Ei, 1 Löffel Mehl, 3 Löffel saure Milch oder Sahne. Den vorgerichteten, mit Salz und Zitronensaft gewürzten Fisch wickelt man in ein Pergamentpapier und lässt ihn in der Grillpfanne im Ofen weich werden, wobei man in die Pfanne etwas Wasser gibt. Nach etwa 15 Minuten nimmt man ihn heraus und fängt den Saft, der sich gebildet hat, in einer Schüssel auf. Dann enthäutet man den Fisch und legt ihn hinein und fügt die Hälfte der Butter bei. Im Rest der Butter dünstet man die gut geputzten und blättrig geschnitzten Pilze 10 Minuten. Mehl und Milch kocht man unter Rühren dick und gibt die abgetropften Pilze und das Eigelb dazu. Den Pilzsaft giesst man zum Fisch, bestreicht letztern mit Eiweiss, belegt mit der Pilzmasse und bestreut mit dem Reibkäse und einigen Butterflöckchen. Dann überdeckt man das Ganze im Ofen kurze Zeit.

Fischfilets mit Champignons. Aus vier schönen Seezungen werden ungefähr 14 gleiche Filetstücke geschnitten, nachdem man die Fische vorher wie üblich vorbereitet und abgezogen hat. Man kann auch fertig zubereitete Fischfilets kaufen. Die einzelnen Stücke werden beidseitig mit Zitronensaft beträufelt und ca. eine Stunde stehengelassen. Die Filets werden nun gerollt und dicht nebeneinander in eine Pfanne, in der man etwas Butter zerlassen hat, gesetzt. Man giesst fingerhoch leichten Weisswein daran und dünstet die Filets weich. Die ausgelösten Gräten kocht man aus und bereitet mit der Brühe eine Buttersauce, die man mit Wein und Kapern würzt. Die Rollen werden dann auf eine Platte gestellt, mit der Sauce gefüllt und mit einem gekochten Champignon garniert. Die übrige Sauce wird dazu serviert.

Forellen blau: Die Forellen werden, wie die meisten Fische, die blau gekocht werden, nicht geschuppt, sondern nur ausgenommen, indem man sie auf ein Holzbrett legt und aussen möglichst wenig mit den Händen berührt, damit der Schleim, der das Blauwerden verursacht, nicht abgenommen wird. Dann werden sie gewaschen und mit Essig übergossen und zugedeckt eine halbe Stunde stehen gelassen, wodurch sie blau werden. Dann gibt man die Forellen in kochendes Salzwasser mit etwas Essig und lässt sie 6 bis 12 Minuten auf kleiner Flamme ziehen. Dann werden sie sorgfältig herausgehoben und auf einer Platte hübsch angerichtet. Dazu serviert man ausgelassene frische Butter (so man hat) oder eine holländische Sauce und Salzkartoffeln.

Fischfilets mit Champignons